ከእግዚአብሔር ፍቅር

"… እኔ የሚረባህን ነገር የማስተምርህ በምትሄድባትም መንገድ የምመራህ አምላክህ እግዚአብሔር ነኝ።" (ኢሳ 48 ÷ 17)
God's Love, P.O.Box 6734 , Lee's Summit, MO, 64064. አዘጋጅ መላኩ ትዕዛዙ E-mail – glnlm@ethiogodslove.org

www.ethioGodslove.org ታሕሳሥ 1998 December

ልጆችሽም ሁሉ ከእግዚአብሔር የተማሩ ይሆናሉ ÷ የልጆችሽም ሰላም ብዙ ይሆናል። (ትንቢተ ኢሳይያስ 54÷13)

የልደቱ መታሰቢያ

በመጽሐፍ ቅዱሳችን በኦሪት ዘፍጥረት 2÷7 እግዚአብሔር ከፍጥረቱ የመጨረሻ ሥራው የሆነውን ሰውን መፍጠሩን እናነባለን። አባታችን አዳም የተሰጠውን ትዕዛዝ በመተላለፉ÷ያተረፈው ፍርድ ደግሞ በምዕራፍ 3 ተጽፎአል። በዚያን ጊዜ ከተላለፉት የእግዚአብሔር ፍርዶች አንዱ በሴይጣን ላይ የተፈረደው ነው። እግዚአብሔር አምላካችንም ስለ አዳኙ ጌታችን እየሱስ ክርስቶስ በሩቅ ያመለከተው ያኔ ነበር፤ ክብር ለስሙ ይሁን።

"… አንተ (ሴይጣን) የተረገምህ ትሆናለህ፤ … በአንተና በሴቲቱ (ሔዋን) መካከል÷በዘርህና በዘርዋ (በየሱስ) መካከል ጠላትነትን አደርጋለሁ ፤ እርሱ (ኢየሱስ) ራስህን ይቀጠቅጣል÷ አንተም (ሴይጣን) ሰኰናውን ትቀጠቅጣለህ።"
(ኦሪት ዘፍጥረት 3÷15)

ይህ በዓለም መጀመሪያ ላይ የተገለጸው የሔይዋን ዘር ተሰፋ ÷ በመጀመሪያዎቹ ሰዎች በአዳምና በሔዋን ተሰምቶአል። የሔዋንን መታለልና የሰውን ልጅ ውርደት የሚሽር ታዳጊ በተለይ ከሴት÷እንደሚመጣ ከነቢያት በፊት የተገለጸው በዚያን ጊዜ ነበር።

ከዘመናት በኋላ÷እግዚአብሔር አምላክ በሴይጣን ላይ የፈረደውን ለመፈጸም የሚያመቸውን ሰው ዑር በተባለ ሐገር አገኘ። እርሱም አባታችን አብርሃም ነበር። እግዚአብሔር አምላክም አብርሃምን ሲጠራው በተናገረው ውስጥ ለምድር ነገዶች ሁሉ የሚሆን ተስፋ ነበረ፤እግዚአብሔር ይመስገን። እንዲህ ይላል፦

"እግዚአብሔርም አብራምን አለው፦ ከአገርህ ከዘመዶችህም ከአባትህም ቤት ተለይተህ እኔ ወደማሳይህ ምድር ውጣ፡ ታላቅ ሕዝብም አደርግሃለሁ÷እባርክሃለሁ÷ስምህንም አከብረዋለሁ፤ ለበረከትም ሁን፤የሚባርኩህንም እባርካለሁ÷ የሚረግሙህንም እረግማለሁ፤ የምድር ነገዶችም ሁሉ በአንተ ይባረካሉ።"
(ኦሪት ዘፍጥረት 12÷1-3)

በኦሪት ዘፍጥረት 18÷18 ደግሞ "አብርሃም በእውነት ታላቅና ብርቱ ሕዝብ ይሆናልና÷የምድር አሕዛብም ሁሉ በእርሱ ይባረካሉና።" ይላል።

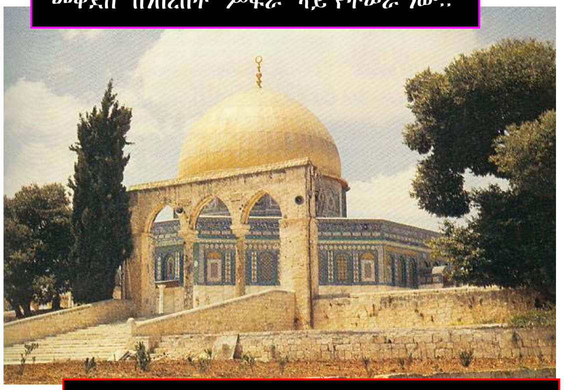
አብርሃም ከተጠራ በኋላ÷እስራኤልም እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ ከተሠራች ከብዙ ዓመታት በኋላ÷የነቢያት መንፈስ የገለጸውም ያንኑ የጥንቱን ተስፋ ነበር።

እንዲህ ተጽፎአል፦ "ሕፃን ተወልዶልናልና÷ ወንድ ልጅም ተሰጥቶናልና አለቅነትም በጫንቃው ላይ ይሆናል፡ስሙም ድንቅ መካር÷ ኃያል አምላክ÷ የዘላለም አባት÷ የሰላም አለቃ ተብሎ ይጠራል። (ትንቢተ ኢሳይያስ 9÷6) "… እነሆ÷ ድንግል ትፀንሳለች÷ወንድ ልጅም ትወልዳለች÷ስሙንም አማኑኤል ብላ ትጠራዋለች።" (ትንቢተ ኢሳይያስ 7÷14)

የደኅንነት ተስፋ የሆነው የሴቲቱ ዘር ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ከይሁዳ ነገድ ስለ መሆኑ፦ ከጥንት ተነግሮናል።

"በትረ መንግሥት ከይሁዳ አይጠፋም÷ የገዥም ዘንግ ከእግሮቹ መካከል÷ ገዥ የሆነው እስኪመጣ ድረስ የአሕዛብ መታዘዝ ለእርሱ ይሆናል።" (ኦሪት ዘፍጥረት 49÷10)

ይህ በእየሩሳሌም የሚገኘው ዶም ኦፍ ዘ ሮክ የተባለው ሕንፃ ነው ። ይኸውም የቀድሞው መቅደስ በነበረበት ሥፍራ ላይ የተሠራ ነው።



ጌታ ኢየሱስን÷ተወልዶ በስምንተኛው ቀኑ ያቀረቡበትና ስምዖን የተባለው ጻድቅ ሰው÷ተቀብሎ አቅፎ እግዚአብሔርን ያመሰገነበት መቅደስ በዚህ ሥፍራ ነበር። (ሉቃስ 2 ÷ 25 – 32)

የአዳም ዘር ታዳጊ የሆነው ጌታ እየሱስ የያዕቆብ (እስራኤል) ዘር ይሆናል።

"አየዋለሁ÷አሁን ግን አይደለም እመለከተዋለሁ÷በቅርብ ግን አይደለም፤ከያዕቆብ ኮከብ ይወጣል÷ከእስራኤል በትር ይነሣል÷… ከያዕቆብም የሚወጣ ገዥ ይሆናል÷… " (ኦሪት ዘኁልቍ 24÷17እና 19)

ጌታ ኢየሱስ ከዳዊት ዘር ስለ መሆኑ እንዲህ ተጽፎአል። "እግዚአብሔር ለዳዊት በእውነት ማለ አይጸጸትምም÷ እንዲህ ብሎ፦ ከሆድህ ፍሬ በዙፋንህ ላይ አስቀምጣለሁ።" (መዝ/ ዳዊት 132÷11)

"እነሆ÷ ለዳዊት ጻድቅ ቍጥቋጥ የማስነሣበት ዘመን ይመጣል፡ ይላል እግዚአብሔር÷እርሱም እንደ ንጉሥ ይነግሣል ይከናወንለታልም÷በምድርም ፍርድንና ጽድቅን ያደርጋል።" (ት/ ኤርምያስ 23÷5)

"በዚያን ቀን እንዲህ ይሆናል፤ ለአሕዛብ ምልክት ሊሆን የቆመውን የእሴይን ሥር አሕዛብ ይፈልጉታል፡ማረፊያውም የተከበረ ይሆናል።" (ት/ ኢሳይያስ 11÷10)

ጻድቁ ጌታ በኃጢአተኞች ፈንታ ስለ መሰቃየቱ የተነገረ ትንቢት፦

"ብዙ ውሾች ከበውኛልና፤ የክፉተኞች ጉባኤም ያዘኝ፤እጆቼንና እግሮቼን ቸነከሩኝ። አጥንቶቼ ሁሉ ተቈጠሩ፤ እነርሱም አዩኝ፡ተመለከቱኝም። ልብሶቼን ለራሳቸው ተከፋፈሉ በቀሚሴም ላይ ዕጣ ተጣጣሉ።" (መዝ/ ዳዊት 22÷16-18)

"ለመብሌ ሐሞት ሰጡኝ÷ ለጥማቴም ሆምጣጤ አጠጡኝ።" (መዝ/ዳዊት 69÷21)

ፍቅር ያመጣውን አዳኝ የወዳጅ ክህደት እንደሚደርስበት አስቀድሞ ተገልጾ ነበር። መጽሐፍ እንዲህ ይላል፦

"ደግሞ የሰላሜ ሰው፡ የታመንሁበት እንጀራዬን የበላ በእኔ ላይ ተረከዙን አነሣ።" (መዝሙረ ዳዊት 41÷9)

ጌታ ስለ በደላችን ከሞተ በኋላ ትንሣዔ እንደሚያገኝ ከዘመናት በፊት የተነገረለት እንዲህ ይላል፦ "ነፍሴን በሲዖል አትተዋትምና÷ ቅዱስህንም መበስበስን ያይ ዘንድ አትተወውም። (መዝሙረ ዳዊት 16÷10)

ከሞትም ከተነሣ በኋላ ወደ መጣበት ወደ ሰማይ ስለ መመለሱ። ዳዊት በትንቢት ሲገልጥ እንዲህ ብሏል

"ወደ ላይ አረግህ÷ ምርኮን ማረክህ÷ስጦታንም ለሰዎች ሰጠህ÷"
(መዝ/ ዳዊት 68÷18)

ይህ ብቻ አይደልም÷ እንደ ወንጀለኛ በፍርድ የተገደለው ጌታ ከሞት ተነሥቶ ወደ ሰማይ ከፍ በማለት ሁሉን በሚገዛው ጌታ እግዚአብሔር ቀኝ በክብር እንደሚቀመጥ እንደሚከተለው ከመሆኑ አስቀድሞ ተነግሯል።

"እግዚአብሔር ጌታዬን፦ ጠላቶችህን ለእግርህ መቀመጫ እስካደርግልህ ድረስ በቀኜ ተቀመጥ አለው"
(መዝሙረ ዳዊት 110÷1)

እንዲሁም "…እርሱም የክብሩ መንጸባረቅና የባሕሪዩ ምሳሌ ሆኖ፡ ሁሉን በሥልጣኑ ቃል እየደገፈ÷ ኃጢአታችንን በራሱ ካነጻ በኋላ÷በሰማያት በግርማው ቀኝ ተቀመጠ፡ከመላዕክት ይልቅ እጅግ የሚበልጥ ስምን በወረሰ መጠን እንዲሁ ከእነርሱ አብዝቶ ይበልጣል።"
(ዕብራውያን 1÷3-4)

መላዕክትም ተመልሶ ስለ መምጣቱ እንዲህ ሲሉ ተናገሩ፦

"የገሊላ ሰዎች ሆይ÷ወደ ሰማይ እየተመለከታችሁ ስለ ምን ቆማችኋል? ይህ ከእናንተ ወደ ሰማይ የወጣው ኢየሱስ፡ ወደ ሰማይ ሲሄድ እንዳያችሁት÷ እንዲሁ ይመጣል።" (የሐዋሪያት ሥራ 1÷11)

የነቢያት መንፈስም ከዚያ አስቀድሞ ይህንኑ እንደሚከተለው ገልጾ ናበር፦

"… እነሆም÷የሰው ልጅ የሚመስል ከሰማይ ደመናት ጋር መጣ፡ በዘመናት ወደ ሸመገለውም ደረሰ፤ ወደ ፊቱም አቀረቡት። ወገኖችና አሕዛብ በልዩ ልዩ ቋንቋም የሚናገሩ ሁሉ ይገዙለት ዘንድ ግዛትና ክብር መንግሥትም ተሰጠው፡ ግዛቱም የማያልፍ የዘላለም ግዛት ነው÷ መንግሥቱም የማይጠፋ ነው።"
(ትንቢተ ዳንኤል 7÷13-14)

"የተርሴስና የደሴቶች ነገሥታት ስጦታን ያመጣሉ፤ የዓረብና የሳባ ነገሥታት እጅ መንሻ ያቀርባሉ። ነገሥታት ሁሉ ይሰግዱለታል÷ አሕዛብም ሁሉ ይገዙለታል።" (መዝሙረ ዳዊት 72÷10-11)

መልዓኩ ገብሪኤል ወደ ጌታ እናት ያመጣው መልክት ሳይቀር ኢየሱስ ንጉሥ መሆኑን ያስታውቅ ነበር። እዩት፦

"ማሪያም ሆይ፥ በእግዚአብሔር ፊት ጸጋ አግኝተሻልና አትፍሪ። እነሆ፥ትፀንሻለሽ ወንድ ልጅም ትወልጃለሽ፥ስሙንም ኢየሱስ ትዪዋለሽ።እርሱ ታላቅ ይሆናል፡ የልዑል (የእግዚአብሔር) ልጅም ይባላል፥ጌታ አምላክም የአባቱን የዳዊትን ዙፋን ይሰጠዋል፣ በያዕቆብ ቤትም ላይ ለዘላለም ይነግሣል፥ለመንግሥቱም መጨረሻ የለውም።"
(የሉቃስ ወንጌል 1፥30-33)

በመጨረሻም፥አመጻ ሁሉ ይሰበራል። የጌታ አምላካችንም ፈቃድ በሰማይ እንደ ሆነች፥እንዲሁም በምድር ትሆናለች፡

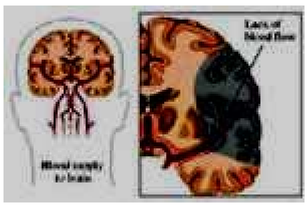
"በዘመኑም ፍጻሜ የእግዚአብሔር ቤት ተራራ በተራሮች ራስ ላይ ጸንቶ ይቆማል፥ከኮረብቶችም በላይ ከፍ ከፍ ይላል፥ አሕዛብም ሁሉ ወደ እርሱ ይሰበሰባሉ። ሕግ ከጽዮን ፤ የእግዚአብሔርም ቃል ከእየሩሳሌም ይወጣልና፡ብዙዎች አሕዛብ ሄደው፦ ኑ፥ወደ እግዚአብሔር ተራራ፥ወደ ያዕቆብ አምላክ ቤት እንውጣ፤ እርሱም መንገዱን ያስተምረናል፥በጎዳናውም እንሄዳለን ይላሉ። በአሕዛብም መካከል ይፈርዳል ፥ በብዙ አሕዛብም ላይ ይበይናል፤ ሰይፋቸውንም ማረሻ፥ ጦራቸውንም ማጭድ ለማድረግ ይቀጠቅጣሉ፤ ሕዝብም በሕዝብ ላይ ሰይፍ አያነሣም፥ ሰልፍም ከእንግዲህ ወዲህ አይማሩም።" (ትንቢተ ኢሳይያስ 2፥2-4)

ውድ ወገኖች፦ የጌታችን የኢየሱስ ክርስቶስ ልደት ለሰው ልጆች ሁሉ የክብር ተስፋ ያለው ታላቅ የእግዚአብሔር ቸርነትና ምሕረት ነው። የዘመኑ አቆጣጠር እንኳ ሳይቀር ዓመተ ምሕረት ተብሎአል፥ ክብር ለስሙ ይሁን።

የጌታ መልዓክ ለእረኞች የጌታን ልደት በገለጸ ጊዜ ያመጣው መልዕክት ይገርመኛል። "መልዓኩም እንዲህ አላቸው እነሆ፦ ለሕዝቡ ሁሉ የሚሆን ታላቅ ደስታ፡ የምሥራች እነግራችኋለሁና አትፍሩ፤ ዛሬ በዳዊት ከተማ መድኃኒት፡ እርሱም ክርስቶስ ጌታ የሆነ ተወልዶላችኋልና።" ይላል።
(የሉቃስ ወንጌል 2፥10-11)

እውነትም፥እየሱስ ክርስቶስ ለሕዝቡ ሁሉ የሚሆን ታላቅ ደስታ ነው። ይህንን የምሥራች ድምፅ አምናችሁ በመቀበል የእግዚአብሔር ልጆች የሆናችሁ ሁሉ እንኳን ለብርሃን ልደቱ መታሰቢያ አደረሳችሁ። ሕዝቦች ሁላችሁ እንኳን ለብርሃን ልደቱ አደረሳችሁ።

እስትሮክ strocke የአንጎል መቃወስ



ልብ ድካም

ሐርት አታክ (heart attack)

የእስትሮክን ምልክት ወይም አጀማመር አብዛኛው ሰው አያውቀውም። ስለዚህ እስትሮክ የያዘው ሰው በአጠገቡ ያሉት ሰዎች ሳያውቁለት ከፍተኛ የአንጎል ጉዳት ሊደርስበት ይችላል።

ለመሆኑ እስትሮክ ምንድን ነው? እስትሮክ በአንጎል ውስጥ ሳያቋርጥ መካሄድ የሚገባው የደም ዝውውር ሲገታ የሚከሰት ቀውጢ ነው። ደም ለእያንዳንዱ የአንጎል ሴሎች ኦክስጂን ይዞ ባለመድረሱ የተነሣ ሴሎቹ መሞት ይጀምራሉ። በዚህም ምክንያት የመናገር ፥ የማየት፥ የእጆችና የእግሮችን እንቅስቃሴ ማጣት ይከተላል።

Heart attack ልብ ድካም ምንድን ነው?

እንደ አንጎላችን ሁሉ ልብም ኦክስጂን የተባለውን አየር ሳያቋርጥ መመገብ አለበት። ነገር ግን በደም መርጋት(መጓጎል) የተነሣ፥ኦክስጂን ይዞ ወደ ልብ መግባት የነበረበት ደም ከተቋረጠ፥ኦክስጂን ያጣው የልብ ክፍል መሞት ይጀምራል። ውጤቱም ልብ ድካም ያልነው (ሐርት አታክ) heart attack ነው።

በዚህ በሽታ የተያዘ ሰው የሚከተሉት ምልክቶች ይታዩበታል ፦ ዕኑ የደረት ሕመም፥ማላብ፥ማቅለሽለሽ፥ድካም፥የትንፋሽ ማጠር ናቸው። በአሜሪካ ውስጥ በዓመት 1.5 ሚሊዮን ሰዎች በዚህ በሽታ ይጠቃሉ።

እስትሮክንም ሆነ የልብ ድካምን ለመከላከል፥ የደም ኮለስትሮልንና የደም ግፊትን (የደም ብዛትን) መከላከል ያስፈልጋል።

የዚህ ጽሑፍ ዓላማ ጥልቅ ትምሕርት መስጠት አይደለም። ነገር ግን በአጠገባችን እስትሮክ ወይም የልብ ድካም የያዘው ሰው ቢያጋጥም፥ወይም ራስን ለመርዳት የሚያስችል መሠረታዊ ነጥቦችን ለመጠቆም ነው። ስለዚህ የሚከተሉትን ሦስት ጥያቄዎች ልብ እናድርግ፦

1. ታማሚው ፈገግታ እንዲያሳይ መጠየቅ፦

2. ሁለት እጆቹን ወደ ላይ እንዲያነሣ መጠየቅ፦

3. በሚሰማ አኳኃን ቃል አውጥቶ እንዲናገር መጠየቅ፦

ታማሚው ከእነዚህ ጥያቄዎች አንዱን ም እንኳ መመለስ ካልቻለ፥ በአስቸኳይ ወደ ሕክምና መወሰድ አለበት።

የፊትና፥ የክንዶች አለመታዘዝ እንዲሁም መናገር አለመቻል የሕክምና ሙያተኛ ባልሆኑ ሰዎች ሊታወቅ ስለሚቻል፥ ይኸው ምክር ለሕዝብ እንዲዳረስ የጤና ጠበብት ተስማምተዋል። ይህንኑ ምክር በ2004 ዓም መጀመሪያ ላይ በተደረገው የአሜሪካ የእስትሮክ ድርጅት (American Strocke Association) ጉባኤ ላይ አቅርበውታል።

ልብ ድካም በራስ ቢደርስስ ምን ማድረግ ያሻል?

ለምሳሌ፡ አንድ ሰው በሥራ ላይ፥ በመንገድ ወይም በቤቱ ብቻውን ነው እንበል፡ በድንገትም ደረቱ ውስጥ ብርቱ ሕመም ይሰማዋል። ወዲያውም ወደ ክንዶቹና ወደ መንጋጋው ይጋባል። የሕመሙም ብርታት ያጣድፈዋል እንበል። በአቅራቢያው ወደሚገኘው ሆስፒታል እንዳይቸኩል በሕይወት መድረሱንም እንኳ አያውቅም። ይህ ሰው ምን ማድረግ ይችላል?

ረዳት እስኪመጣ ድረስ ከልብ ድካም (heart attack) መትረፍ

በልብ ድካም የተያዘ ሰው ልቡ በአግባቡ መምታቱን ስለሚያቆም፥ ረዳት ካላገኘ በቀር፥ራሱን ለመሳት ከአሥር ሰኮንዶች በላይ ጊዜ አይኖረውም።

ነገር ግን በሽተኛው የሚከተለውን በማድረግ ራሱን መርዳት ይችላል።

ደጋግሞ በኃይል ማስሳል። በእያንዳንዱ ማስሳል መካከል በረዥሙ መተንፈስና ከሳምባው ጥልቀት አክታን እንደሚያስወጣ ሰው በኃይል ማስሳል።

በመሐል እየተነፈሱ በየሁለት ሰኮንዶች ባለማቋረጥ ማስሳል። ይህም ርዳታ እስኪመጣ ድረስ ወይም የልብ ትርታ ተመልሶ ጤናማ እስኪሆን ድረስ ይደረጋል።

ይህ ጥበብ የሚሠራበት ምክንያት፥ በኃይል መተንፈስ ኦክስጂንን ወደ ሳምባ ለማስገባት ሲረዳ፥ማስሳሉ ደግሞ ልብን በማንቀሳቀስ ደም መንሸራሸሩን እንዲቀጥል ስለሚረዳ ነው። *በማስሳል የሚፈጠረው ግፊት የልብን ትርታ ጤነኛነት እንኳ መልሶ ሊያስተካክል ይችል ይሆናል። በዚህ ሁኔታ በሕይወት ቆይቶ ሐኪም ዘንድ መድረስ ይቻላል።*

ይህ ሁሉ መከራ ከመድረሱ አስቀድሞ መጠንቀቅ ግን የተሻለ ነው። እስትሮክንና የልብ ድካምን ለመከላከል፥በየጊዜው በደም ውስጥ የሚገኘውን የኮለስትሮል መጠን በመለካት የሐኪምን ምክር መከተል ያሻል። በተጨማሪም በዘልማድ የደም ብዛት የምንለውን (የደም ግፊት) ተመርምሮ ማወቅና በሐኪም ምክር መሠረት ጠንቃቃ ዕለታዊ አኗኗርን መከተል ከሌሎችም በርካታ የጤና ችግሮች ያድናል።

"ወዳጄ ሆይ፥ነፍስህ እንደሚከናወን፥በነገር ሁሉ እንዲከናወንልህና ጤና እንዲኖርህ እጸልያለሁ።" (3ዮሐንስ መ/ 2)

ውድ አንባቢዎቻችን፦

የዌብ ገጽ አገልግሎታችን ተጠቃሚዎች ቁጥር በቶሎ ከማደጉ የተነሣ ማስፋት ነበረብን። በዚያውም የኢ-ደብዳቤያችን መስተካከል ነበረበት። አዲሱ አድራሻችን እነሆ፦

glnlm@ethiogodslove.org

አገልግሎታችን የሚባርካችሁ ወገኖቻችን ሁሉ በፀሎት እንድ ትደግፉን አደራ እንላለን። የፖስታ ቴምቤር ዋጋ የምትረዱን ወገኖች በአዲሱ ዓመት ድጋፋችሁን እንድትቀጥሉ ከምሥጋና ጋር እናሳስባለን።

ብሪክቲ አፈወርቅ፥ ወንድሞችሽን ስላገኘናቸው፥በቶሎ በኢ-ደብዳቤ እንድትጽፊልን እናሳስባለን።

glnlm@ethiogodslove.org

መልካም የልደት በዓል

ኢየሱስ ጌታ ነው

ጌታ ይባርክህ/ሽ